

# 針灸注意事項



高雄醫學大學附設中和紀念醫院

中醫門診

## 一、目的

是一種「從外治內」的治療方法。以通過經絡、腧穴的作用，及應用一定的手法來治療全身疾病，以通經絡、調氣血，使陰陽歸於相對平衡，使臟腑功能趨於調和，而達到防治疾病的目的。

## 二、適應症

可用於治療世界衛生組織訂定的 64 種疾病，如：中風後遺症、顏面神經麻痺、腦性麻痺、關節痛、神經痛、失眠、減重、頭痛、扭傷、生長及發展遲緩過動症與各種酸痛的改善。

## 三、針灸注意事項

1. 針灸治療於健保規定為 1 個月可做 12 次，建議每週 2~3 次，連續 6 次為 1 療程，療程多寡依病情輕重而定，每次治療時間約 15~20 分鐘。

2. 衣著請穿寬鬆通氣衣物，女性請穿兩件式套裝。
3. 治療過程請放鬆心情，因為緊張會使肌肉繃緊，造成針痛錯覺。
4. 首次針灸或空腹針灸、過度緊張、過度飢餓、飯後一小時內、工作過度勞累、體力透支及酒醉者，容易出現暈針現象，會有頭暈、噁心、冒冷汗、心悸、胸悶、臉色發白等徵兆，治療過程有任何不舒服(如頭暈、想吐)，應即刻按壓呼叫鈴通知醫護人員，以利即時處理。
5. 暈針時會停止針刺，由護理師將已刺之針起出，讓患者平臥，頭位稍低，鬆開衣帶，給予保暖。輕者靜臥片刻，給飲溫開水或熱茶後即可恢復。
6. 針灸或留針時，勿任意移動身體，以免發生彎折或滯針。

7. 病人宜充足睡眠，勿過饑餓、過飽、過度勞累。
8. 針灸治療與其他治療(例如復健)並不衝突，可同時進行。
9. 扎針處若出現瘀血或流血時，不須緊張，請告知護理人員處理，約 3-5 天左右即可恢復正常。
10. 針灸後要多喝溫開水約 300 CC，切勿喝冰水，以促進血液循環，提高新陳代謝。
11. 針灸後 2 小時內，針灸患處勿碰水。
12. 有扎頭皮針的患者(如中風、頭痛、睡眠不足)，需保持頭部清潔，於治療前一天洗頭。
13. 使用灸法或紅外線熱療時，如有熱燙感，應即刻告知醫護人員，以便即時移除避免灼傷。

諮詢專線(07)3121101 轉 6401

參考文獻

黃維三(2001)·針灸科學·台北：正中書局。

制訂：1000210 修訂：10209/10410 審閱：10102/10309/10603